EGE'NİN EN SAKİN PLAJ VE DİNLENME YÖRESİ:

FOÇA

EGE'nin en sakin plaj ve dinlenme şehri olan Foça, İzmir Körfezi'nin kuzeyinde, volkanik tepeler üzerinde kurulu, zeytin ve çam ağaçlarının süslediği cennet yurt köşelerinden biri.

Her yıl binlerce yerli ve yabancı turisti ağırlayan Foça'nın, tarihte büyük bir yeri var. Foça, M.Ö. 2. yüzyılda İyonlar tarafından kurulmuş, kısa zamanda hızlı bir gelişme göstererek İyonların 12 büyük kentinden biri olmuş.

Eski tarihçiler, PHOKEIA (Foça)'nın Atinalılar tarafından, Kymelilerin izniyle kurulduğunu yazıyorlar. PHOKEIA adının fok balığından geldiği sanılıyor. VI. yüzyılda basılan gümüş ve altın sikkelerinin üzerinde fok balığı yer almış.

Foça, M.Ö.V. yüzyılda Cenevizlilerin eline düşmüş, XV. yüzyılda da Osmanlıların elinde kalmış.

M.Ö. 2. yüzyılda İyonlar tarafından kurulan Foça adının fok balığından geldiği sanılıyor. Foça'daki Akdeniz Klübü (Club Mediterraine) dünyadaki tatil köylerinin en güzellerinden

FOÇA, ZEYTİN VE ÇAM AĞAÇLARININ SÜSLEDİĞİ VOLKANİK TEPELER ARASINDA

● *Tarihçiler PHOKEIA (Foça)'nın Atinalılar tarafından kurulduğunu, daha sonra Teos ve ERYTHRAI'den gelenlerin şehri İyonlaştırdıklarını yazıyorlar*

EGE'nin en sakin plaj ve dinlenme şehri olan Foça, İzmir Körfezi'nin kuzeyinde. İlçe örgütü 1888 kurulan Foça, İzmir'e 68 km uzaklıkta. Deniz seviyesinden yüksekliği 10 metre. İlçenin Yeni Foça adıyla bir bucağı, 9 köyü var.

Zeytin ve çam ağaçlarının süslediği, volkanik tepeler arasında bulunan Foça, M.Ö. 2. yüzyılda İyonlar tarafından kurulmuş. Kısa zamanda büyük bir gelişme göstererek İyonların 12 büyük şehrinden biri olmuş.

Eski tarihçiler PHOKEIA (Foça)nın, Atinalılar tarafından Kymelilerin izniyle kurulduğunu yazıyorlar. Bu arada Teos ve ERYTHRAİ'den gelenler şehri İyonlaştırmışlar.

PHOKEIA adının fok balığından geldiği sanılıyor. PHOKEIA, büyük bir deniz filosuna sahip olmuş. Karadeniz, Marmara, Batı Akdeniz kıyılarında koloniler edinmiş, pazarlar kurmuş.

Foçalılar, Anadolu-Hellen kültürünü Batı Akdeniz kıyılarına yaymışlar.

Ana tanrıça KYBELE kültürünü oralara kadar götürmüşler. M.Ö. 546 yılında Persler, Lidyalıları yenip Batı Anadolu'ya yayılmaya başlamışlar. Pers satrabı Harpogos, Foça'ya saldırmış, Foçalılar'da gemilerine binerek Batı Akdeniz kıyılarına kaçmışlar.

● FOÇA'DA ESKİ ESERLER ÇOK AZ

Foça, M.Ö. V. yüzyılda Cenevizlilerin eline düşmüş. 15. yüzyılda Osmanlıların elinde kalmış.

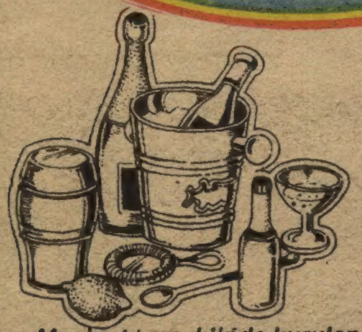
Foça'da eski eserler pek az. Ortaokulun bahçesinde Antik çağdan bazı bloklar, bir de ortaçağ duvarları yüzeyde kalmış.

Tarihsel öneminin yanı sıra Foça, doğal güzelliğinin büyüleyiciliği ile de ilgi çekiyor. Tatlı kıvrımlarla uzanan yemyeşil koyu, inci gibi serpiştirilmiş adacıkları, tadına doyulmaz çeşitli balıkları ile özellikle amatör balıkçılar için özelenen bir tatil beldesi Foça.

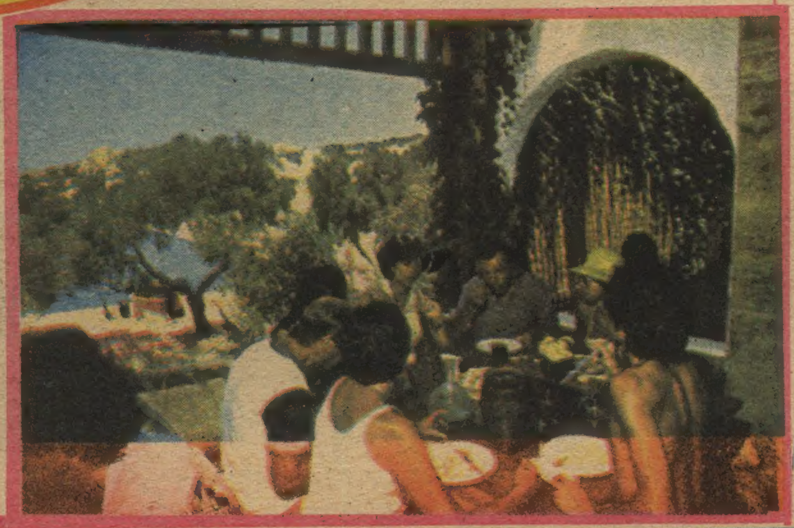
Otel, motel, pansiyon bakımından yeterli olup her keseye uygun. Ayrıca, yaz aylarında Foça koylarının çevreleri çadır turizmini sevenler için çok elverişli. Lokantaları, kır gazinoları, plajları ihtiyaca cevap verecek durumda. Foça'da ayrıca özel şahıs evlerini, yazlık olarak kiralamak da mümkün.

● FOÇA TATİL KÖYÜ

Akdeniz Kulübünün "Club Mediterraine", dünyadaki tatil köylerinin en güzellerinden biri. Foça'ya 12 km. mesafede olan Mersinaki'deki Tatil Köyü'nün 800 yatağı ile restoranı, diskoteği, satış dükkânları, anfitiyatrosu, yat iskelesi ve muhtelif tesisleri var. Mersinaki denilen yerde kurulan bu Tatil Köyü, büyük bir rağbet görüyor. Tatil Köyünü Emekli Sandığı yaptırmış ve Fransızlara kiralamış.



Foça'nın Mesinaki mevkiinde kurulan 800 yataklı tatil köyü yaz aylarında yabancı turistlerin âdeta baskınına uğruyor. Topluca yemek yiyen bir turist grubu ve tenis oynayan bir yabancı kadın turist, altta ise Foça Tatil Köyünün genel görünüşü.



NEREDE KALINIR?

Foça'da 8 konaklama tesisi bulunur. Bunların içinde ikisi turistik belgeli ve altısı belediye belgeli.

Not: Parantezler içerisinde yatak sayıları verilmiştir.

● BELEDİYE BELGELİ OTELLER

(1. SINIF)
(Tek kişi geceleme 400 lira.) Celep (72).

(2. SINIF)
(Tek kişi geceleme 175 lira). Park (20).

● BELEDİYE BELGELİ MOTELLER

(2. SINIF)
(Tek kişi geceleme 175 lira). Kumburnu (30). Koltuk (41).

(3. SINIF)
Erol (10).

● BELEDİYE BELGELİ MOKAMPLAR

(Mavi Deniz (20 çadır - 40 yatak).
(Tek kişi geceleme 175 lira).

● TURİSTİK BELGELİ PANSİYONLAR

(Pansiyon 1 (10).
(Tek kişi geceleme 125 lira).

● TURİSTİK BELGELİ TATİL KÖYLERİ

Foça Tatil Köyü (648).

Bir kişilik haftalık tam pansiyon fiyatı:
Mayıs ayında ve 14-30 eylül arasında: Büyükler 23.500 lira, çocuklar 17.600 lira, 1—22 haziran ve 31 ağustos - 14 eylül arasında: Büyükler 29.900 lira, çocuklar 22.400 lira, 22 haziran - 6 temmuz ve 17—31 ağustos arasında: Büyükler 34.300 lira, çocuklar 25.700 lira, 6 temmuz - 17 ağustos arasında: Büyükler 37.900 lira, çocuklar 28.400 lira.

AKLINIZDA BULUNSUN

- ★ Kentte 4 eczane var.
- ★ Bir sağlık ocağı bulunuyor.
- ★ 19 kafeterya ve 5 pastanesi var.
- ★ Turizm bürosu açık.
- ★ PTT 24 saat açık.
- ★ Elektrik 220 volt.

NASIL GİDİLİR

İzmir'e 70 km. uzaklıktaki Foça'ya, İzmir'de Konak semtinden her gün sürekli kalkan minibüslerle gidilir. Minibüsün ücreti 125 lira.

LOKANTALARIN FİYAT LİSTESİ

	1. Sınıf	2. Sınıf	3. Sınıf
Etli yemekler		175 lira	60 lira
Karışık ızgara			
Çorba	60—100 lira	50 lira	35 lira
Sezbe	100 lira		40 lira
Tatlı	75 lira	50 lira	30 lira

Foça tatil köyünde 24 saatlik yaşantıdan değişik görüntüler...

● UCUZ OTELERİ İLE ORTA GELİRLİ TURİSTLER İÇİN ELVERİŞLİ BİR YÖRE

DİKİLİ

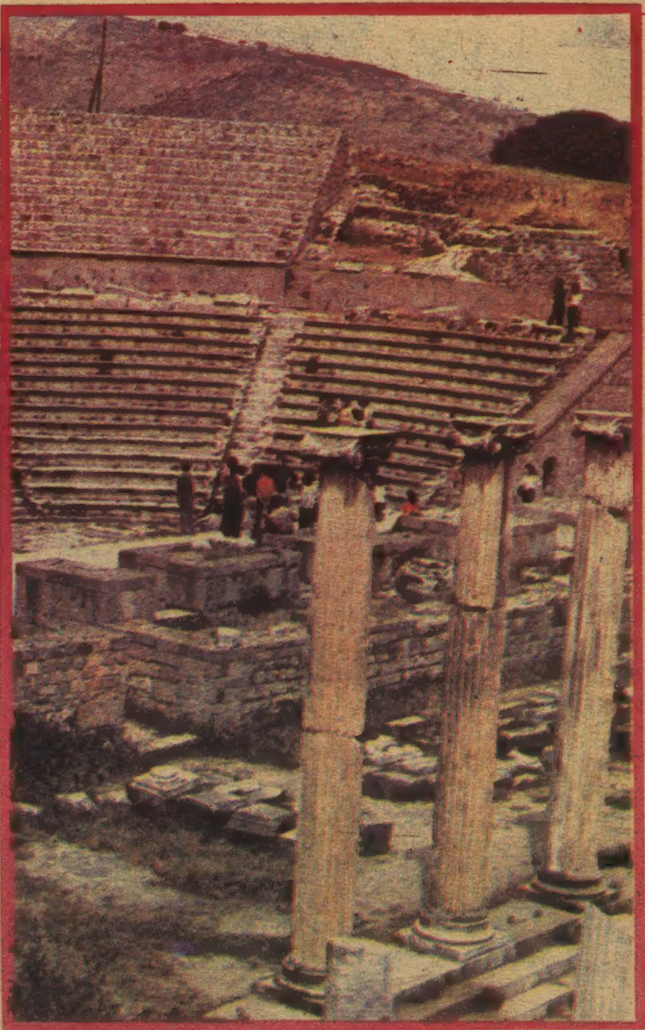
● *Güneşi, denizi ve balığı sevenlerin güzel anılarla döneceği Dikili'de, çupura, mercan, levrek, lahos, artoz,avlamak mümkün*

Ayvalık'ın Sarmısak plajlarına kadar uzanan büyük bir kıyı şeridinde doğal plajlar bulunuyor. Dikili'ye 10 km. uzaklıkta Makovon, 8 km. uzaklıkta da Bademli plajı var.

DİKİLİ İzmir'e 118 km. uzaklıkta. Dikili'nin Çandarlı adında bir bucağı ve 24 köyü var. Ege Denizi'nde çok büyük bir kıyı şeridine sahip. Dikili, Ayvalık'ın Sarmısak plajlarına kadar uzanan tabiî plajlara sahip bulunuyor. Plajlar arasında, belediye plajı başta olmak üzere, Dikili'ye 10 km. uzaklıktaki Makoron, 8 km. uzaklıktaki Bademli plajı çok rağbet görüyor. Plajlarda kabin ve büfe bulunuyor.

Ucuz otelleriyle Dikili, orta gelirli turistler için elverişli bir yer. Haftada iki üç turist gemisi buraya uğruyor. Turistlerin buradan ayrıca, Bergama Akropolü ile Bergama Asklepionu'nu da günü birlik gezmeleri mümkün.

Güneşi, denizi ve balığı sevenlere kucağını açan Dikili'de çupura, mercan, levrek, lahos, orfoz bulunuyor.



Güneşe ve denize doyanlar Dikili'ye çok yakın olan Bergama harabelerini görmeye gidiyorlar.

Dikili'de turistik 1 motel, 1 pansiyon ile belediye belgeli 3 otel, 1 motel, 1 kamping bulunuyor.

Not: Parantez içerisinde yatak sayısı verilmiştir. Belediye belgelilerin sınıfları belirlenmemiştir.

● BELEDİYE BELGELİ OTELLER

(Tek kişilik geceleme 125 - 275 lira arasında değişmektedir.)
Sedef (54), Ender Palas (30), Taş Palas (25).

● TURİSTİK BELGELİ MOTELLER

(1. SINIF)
(Tek kişilik geceleme 900 liradır). Antur (96).

● BELEDİYE BELGELİ MOTELLER

(Tek kişi geceleme 175 liradır). Prenses (31).

● BELEDİYE BELGELİ PANSİYONLAR

(Tek kişi geceleme 300 liradır.) Yakamoz (20).

● BELEDİYE BELGELİ KAMPİNGLER

Cumhur (50).

AKLINIZDA BULUNSUN

★ 20 yataklı bir sağlık merkezi, 3 eczane bulunuyor.
★ PTT 24 saat çalışıyor.
★ Bir pastanesi var.
★ Turizm bürosu bulunuyor.
★ Elektrik 220 volt.
★ Bir parkı var.

NELER ALINIR

Hediyelik eşya olarak, kök boyası ile boyanan kocaoba halıları alınabilir.

NASIL GİDİLİR

İzmir'den Dikili'ye 140 liraya belediye otobüsleri kalkmaktadır. İzmir-Dikili arası 123 km.'dir. Otobüs kalkış saatleri: 14.00-16.30—18.30.

LOKANTALARIN FİYAT LİSTESİ

Çorba	30 lira
Sebze	60 lira
Etli yemekler	60 lira
Izgara	60—75 lira

Balık pazarlığa tabidir.

ÇOK ESKİ BİR İL MERKEZİ ŞİMDİ İSE İZMİR'İN SAYFİYESİ

URLA

İzmirliler yaz aylarında ve hafta sonlarında kendilerini İskele ve Çeşmealtı plajlarına atıyorlar

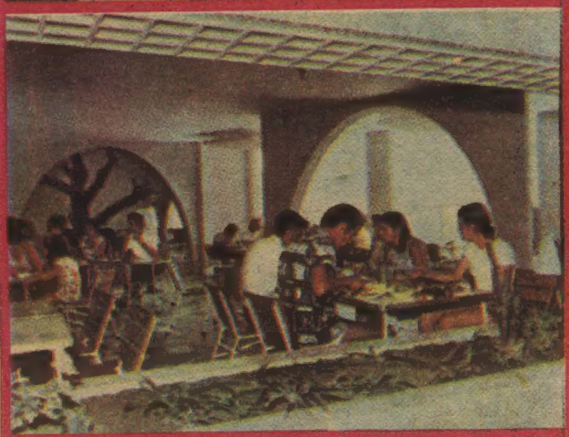
İZMİR Körfezi'nin turizm merkezlerinden biri de Urla. Çok eski bir il merkezi olan Urla, 1867'de Aydın vilayetinin İzmir sancağına bağlanan ilçeleri arasında bulunuyordu. İl merkezine 35 km. uzaklıktaki Urla, deniz seviyesinden 125 metre yükseklikte. Merkez belediyesi dışında belediyesi yok. 20 köyü bulunan Urla'nın tek bucağı Barboros.

Ege'nin mavi denizi, yakıcı güneşi, Urla iskelesi ve Çeşmealtı plajlarını çekici hale getiriyor. Urla iskelesi ve Çeşmealtı plajları, kır kahvesi ve gazinoları İzmir'de oturanların yaz aylarında, hafta sonlarında kendilerini doğaya attıkları yerler. Belediye tarifeli bir otelin yanı sıra, kamping yeri bulunan Urla'nın iskele ve Çeşmealtı mevkiinde kiralık sayfiye evleri ve pansiyonlar bulunuyor.

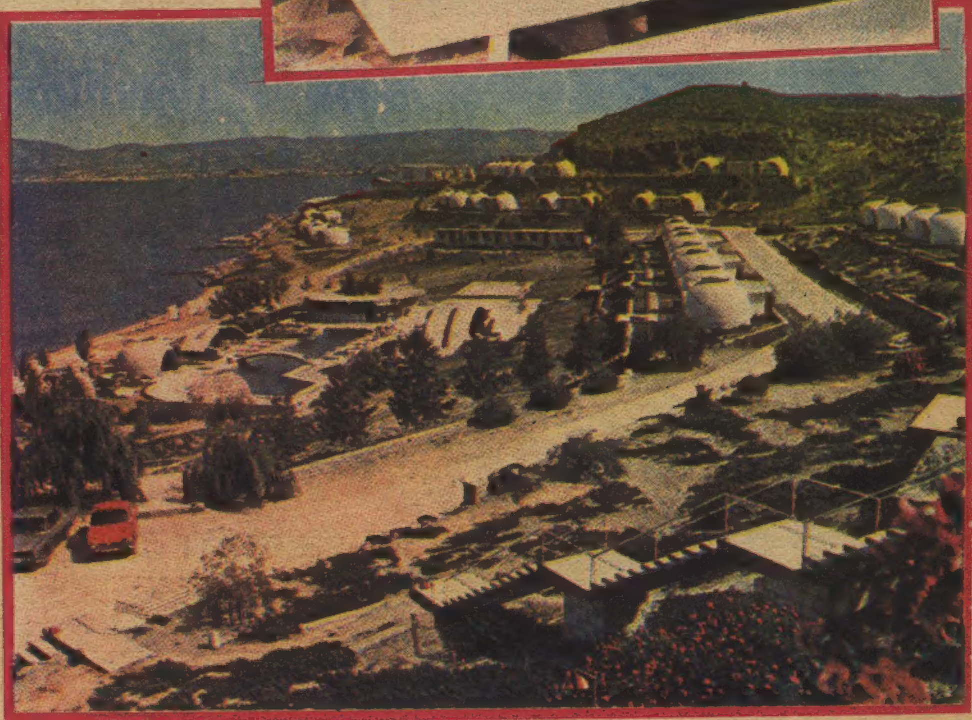
● NEBİOĞLU TATİL KÖYÜ

Orijinal odaları, özel plajı, yüzme havuzu, restoran ve Amerikan barı ile Nebioğlu tatil köyü, yerli ve yabancı turistlerin rağbet ettiği bir yer.

Rengarenk çiçeklerin süslediği tatil köyüne Urla iskelesinden gidiliyor. Tatil köyünün fiyatları ise normal motel fiyatları düzeyinde.



Urla deyince ilk akla gelen yerlerden biri de Nebioğlu Tatil Köyü. Orijinal mimarisi ve rengarenk çiçeklerin süslediği Nebioğlu Tatil Köyünün restoranı, yüzme havuzunun kenarındaki dinlenme ve güneşlenme yeri, odalardan birinin içi görülüyor.



Urla'da turistik belgeli 1 tatil köyü, 1 kamping ile 1 belediye belgeli otel bulunuyor.

● **BELEDİYE BELGELİ OTELLER**

(3. SINIF)

(Tek kişi geceleme 150 liradır.) Soğancıoğlu (28).

● **TURİSTİK BELGELİ TATİL KÖYLERİ**

(Tek kişi geceleme 1600 liradır.) Nebioğlu (120).

● **TURİSTİK BELGELİ KAMPİNGLER**

(Tek kişi geceleme 500 liradır. Bahçede kendi çadırını kurmak isteyenden 125 lira alınmaktadır.)
U kamp (60 yatak, ayrıca bahçede 100 çadırlık yer).

AKLINIZDA BULUNSUN

★ Bir Kemik Hastalıkları Hastanesi, bir sağlık ocağı ve 4 eczane bulunuyor.
★ 2 pastane var.
★ Turizm bürosu bulunur.
★ 2 parkı var.
★ PTT 24 saat açık.
★ Elektrik 220 volt.

NASIL GİDİLİR

İzmir'e 35 km. uzaklıktaki Urla'ya minibüsler 60-70 liraya kalkmaktadırlar.

● DOĞA GÜZELLİĞİNE BÜRÜNMÜŞ, İNCE KUMLU PLAJLARI BULUNAN TATİL BELDESİ

GÜMÜLDÜR

● *Gümüldür'ün bağlı olduğu Seferihisar ilçesinin tarihi M.Ö. I. yüzyılın başlarına kadar dayanıyor*

● *Teos'ta görünürde Arkaik, Helenistik ve Roma çağı kalıntıları bulunuyor*

GÜMÜLDÜR, 1890'da ilçe merkezi olan Seferihisar'ın bir köyü. İzmir'e 48 km. uzaklıkta bulunan Gümüldür'ün Gümüşsuyu Plajı şahane bir doğa güzelliğine sahip bulunuyor. İzmir'e 40 km uzaklıkta bulunan Seferihisar, Ege Denizi'nde büyük bir kıyı şeridine ve tabiî plajlara sahip.

İnce kumlu, doğa güzelliğine bürünmüş Gümüldür'de otel, motel, kamp yeri ve pansiyonculuk bir hayli gelişmiş. Gümüşsuyu'nda plajların yanı sıra ihtiyaca yetecek kadar lokanta ve gezinti bulunuyor.

İlçenin 2 km. ilerisindeki Sığacık koyu yakınında Teos harabeleri bulunuyor.

NEREDE KALINIR

Gümüldür'de turistik belgeli 2 motel ile 1 mokamp bulunuyor.

● TURİSTİK BELGELİ MOTELLER

(2. SINIF)
(Tek kişi geceleme 1.315 liradır).

Sultan (224), Paşa (212).

● TURİSTİK BELGELİ MOKAMPLAR

(1. SINIF)
(Tek kişi geceleme 750-1200 lira arasıdır).
Denizatı (200).

NASIL GIDILIR

İzmir'den her gün, her saat kalkan minibüsler, 60—70 liraya Gümüldür'e gitmektedirler.

LOKANTALARIN YEMEK FIYATLARI:

Lokantalarda sınıf farkı yoktur.

Çorba	25 lira
Et yemekleri	50 lira
Izgaralar	75—90 lira
Kebaplar	90—100 lira
Sebze	40—50 lira
Hamur tatlıları	35 lira
Sütlü tatlılar	30 lira

Balık pazarlığa tabidir.

● TEOS (SEFERİHİSAR-SIĞACIK)

Teos, M.Ö I. yüzyılın başlarında kurulmuş. Arkeolojik kazılarda protogeometrik çağa kadar inen keramiklere rastlanmış. Eski tarihçiler buraya Yunanistan'dan Orhomenos oğullarının gelip Karlar'la birlikte yaşadıklarını bildiriyorlar. Bazıları da Atina'dan Kodrosoğulları'nın gelip Leleg'lerle karıştığını yazıyor.

Kar'lar olsun, ya da Leleg'ler Anadolu'nun yerli halkından olup özellikle batı kesimlerde oturuyorlardı. Demek oluyor ki, M.Ö. XI. yüzyılda başlayan Aka göçleriyle batıdan gelenler, Anadolu'nun yerli halkı ile karışmış, bundan böyle "ION" toplumu ortaya çıkmış.

Arkaik çağda Teos, 12 İyon şehrinden biri idi. Persler'e karşı ayaklanmada İonyalılarla birlikte savaştı. 494 yılında Lade önlerinde büyük bir deniz savaşı oldu ve yenildiler.

Teos, Atika - Delos deniz birliğine katılmış, bazen Atinalılarla bazen de İspartalılarla birlik olmuş, sonra da başına buyruk kalmış.

Teos'ta bugün görünürde Arkaik, Hellenistik ve Roma çağı kalıntıları var. Bunlardan en önemlileri, Dionisos Tapınağı, tiyatro, küçük tiyatro, surlar ve liman kalıntıları.

● SIĞACIK KALESİ

1522'de Osmanlılar devrinde Kaptan Paşa Parlak Mustafa tarafından yapılmış. Bir deniz üssü olarak değerlendirilmiş. Kalenin, Kuşadası, Ayasuluk ve Seferihisar diye adlandırılmış üç kapısı bulunuyor. Bugün kale içinde ve etrafında Sığacık köyü var.

önce ödeyenlere büyük indirim

duru turizm

AMERİKA
İstanbul-New york-Washington-Miami
New Orleans-Las vegas-Los Angeles
S.Francisco-İstanbul
20 gün
30 MAYIS'dan itibaren her ay

UZAKDOĞU
İstanbul-Paris-Bangkok-Kuala Lumpur
Singapore-Manila-Tokyo; (Nikko)-Seoul
Hongkong-İstanbul
23 gün
23 MAYIS'dan itibaren her ay

Uçakla 32 Günde
DEVR-İ ALEM
İstanbul-Frankfurt-New york
Miami-San Francisco-Las vegas
Los Angeles-Honolulu-Tokyo-(Nikko)
Hongkong-Singapore-Bangkok
Delhi-Frankfurt-İstanbul
5 Haziran'dan İtibaren Her Ay

UÇAK ve OTOBÜSLE
İSKANDİNAVYA VE AVRUPA
Uçakla Moskova ve otobüsle Leningrad-Helsinki-Stockholm-Kopenhag-Hamburg
Amsterdam-Londra-Paris-Lozan-Venedik
Zagreb-Sofya-İstanbul
29 gün, 75.000TL. 450 Dolar
5 HAZİRAN'DAN İTİBAREN HER AY
GEZİ ÜCRETLERİNE: OTOBÜS veya UÇAK, 1. SINIF OTELLERLE (Kahvaltılar dahildir.

OTOBÜSLE AVRUPA Gezileri
Sofya-Zagreb-Venedik-Lozan
Paris-Londra-Amsterdam-Münih
Budapeşte-Belgrad-Filibe-İstanbul
23gün, 55.000 TL. 400 Dolar
22 MAYIS'DA VE HER 15 GÜNDE BİR KEZ
GEZİ ÜCRETLERİNE: OTOBÜS, 1. SINIF OTELLERLE Kahvaltılar dahildir

KURBAN BAYRAMINDA

OTOBÜS ve GEMİ BAĞLANTILI
AVRUPA ve KUZEY AKDENİZ gezisi
İstanbul-Sofya-Zagreb
Venedik-Roma-Milano-Lozan-Paris
San Sebastiyan-Madrid-Barselona
Marsilya-Napoli-Pire-İstanbul
HAREKET TARİHİ : 15 EYLÜL 1981
80.000TL. ve 350 Dolardan itibaren
27 GÜN

GEMİ-OTOBÜS BAĞLANTILI
KUZEY AKDENİZ ve AVRUPA gezisi
İstanbul-Pire-Napoli-Marsilya
Barselona-San Sebastiyan-Paris
Londra-Amsterdam-Münih-Peşte
Belgrad-Filibe-İstanbul 27 GÜN
80.000TL. ve 350 Dolardan itibaren

AKDENİZ Gemisiyle
İstanbul-Pire-Napoli-Marsilya
Barselona-Napoli-Pire-İstanbul
HAREKET TARİHİ : 28 EYLÜL 1981
35.000TL. den itibaren 14 GÜN

OTOBÜSLE EKONOMİK RUSYA VE AVRUPA
Rusçuk-Çernosi-Kiev-Orel-Moskova Leningrad-Helsinki-Stockholm
Kopenhag Berlin-Münih-Venedik-Belgrad-Filibe-İstanbul
26 gün, 60.000TL. 400 Dolar 7 TEMMUZ'DAN İTİBAREN HER AY
GEZİ ÜCRETLERİNE: OTOBÜS, OTEL, KAHVALTILARLA AKŞAM yemekleri dahildir

EKONOMİK AVRUPA GEZİLERİ
Sofya-Zagreb-Venedik-Nice (Monte Carlo-Cannes)-Barcelona
San Sebastiyan-Paris-Londra-Amsterdam Münih-Peşte-Niş-Edirne
25 gün, 60.000 TL. 400 Dolar 26 HAZİRAN'DAN İTİBAREN 15 GÜNDE BİR KEZ
GEZİ ÜCRETLERİNE: OTOBÜS, OTEL, KAHVALTILARLA AKŞAM (yemekleri dahildir

KARADENİZ Gemisiyle
EGE ve AKDENİZ sahilleri
İzmir-Datça-Marmaris-Finike
Antalya-Mersin-Alanya-Antalya
Fethiye-Bodrum-Kuşadası
-İzmir-İstanbul
4 HAZİRAN 1981'DEN İTİBAREN HER AY
12 GÜN 20.000.-TL.den itibaren

AKDENİZ GEMİSİYLE
Güney ve Kuzey AKDENİZ GEZİSİ
İstanbul-Palermo-Palma
Barselona-Marsilya-Napoli
14 GÜN İstanbul
HAREKET TARİHİ : 14 AĞUSTOS 1981
35.000TL.den itibaren

akın AJANS

LONDRA-KANARYA ADALARI-PARİS
15 Gün, 71.250TL. 400 DOLAR
2,8 HAZİRAN'DAN İTİBAREN HER AY
UÇAK, OTELLER, KAHVALTILAR (Kanarya Adalarında ayrıca öğle ve akşam yemekleri) dahildir.

UÇAKLA AVRUPA GEZİLERİ
Paris-Madrid-Lizbon-Londra
Nice-Roma-İstanbul
16 gün, 64.100TL. 370 Dolar
30 MAYIS'DAN İTİBAREN 15 GÜNDE BİR KEZ

Paris-Londra-Nice (Cannes Monte Carlo) Roma-İstanbul
14 gün, 56.000TL. 350 Dolar
6 HAZİRAN'DAN İTİBAREN 15 GÜNDE BİR KEZ
GEZİ ÜCRETLERİNE: UÇAK, 1. SINIF OTELLERLE Kahvaltılar dahildir.

KARADENİZ Gemisiyle
EGE ve AKDENİZ sahilleri
İzmir-Bodrum-Fethiye-Antalya
Alanya-Mersin-Antalya-Kaş
Marmaris-Güllük-Kuşadası
İzmir-İstanbul
18 HAZİRAN 1981'DEN İTİBAREN HER AY
12 GÜN
20.000TL den itibaren

Tüm gezilerimiz; 1618 Sayılı yasaya uygun olarak, Turizm ve Tanıtma Bakanlığından onaylıdır.

ISTANBUL
Beyoğlu, İstiklâl cad. 184
Tel: 43 76 50 (5Hat)-43 79 96 44 46 51-44 89 95
Kadıköy, Altıyol Onur Han No. 407
Tel: 38 39 03-35 55 06

ANKARA
Atatürk Bulvarı No. 83 Tel: 25 04 05-25 17 38
İZMİR
Cumhuriyet Bulvarı 151 B AZİMTUR Tel: 25 25 66
BODRUM : Karantina cad. 48 Tel: 413

ajans_E
15 MAYIS'A KADAR AVRUPA TURLARIMIZA MÜRACAAT EDEN HERKESE
BEDAVA KIBRIS
AKA AKAT SEYAHAT
Ziya Gokalp Cad. 29/1 Kızılay/Ankara
Tel: 181713-179659-180259-181044
Cumhuriyet Cad. 277/4 Harbiye İstanbul
Tel: 46 67 42 - 46 07 19

ZEYBEK OYUNLARI, EGE HALKININ KAHRAMANLIK DUYGULARINI, BEDEN VE RUH GÜZELLİKLERİNİ SİMGELİYOR

Ege yöresinin karakteristik bir oyunu olan "Zeybek", adını Aydın ve dolaylarında âsâyişi korumak için uçbeyleri tarafından meydana getirilmiş halk mukavemet ve akıncı birliği üyelerinden alır. Önceleri erdemin, yiğitliğin ve Türk geleneğinin simgesiyken sonraları bu özelliklerini yitiren zeybekler, haksızlıklara başkaldırmak adına Osmanlı'ya meydan okur ve silahlanarak başıboş yaşar oldular. Osmanlı İmparatorluğu ile birlikte tarihe karışan zeybekler, özellikle Kurtuluş Savaşı'ndaki yararlıklarından ötürü Ege halkı tarafından hâlâ saygıyla anılırlar

Zeybek, başına geçirdiği külahın üzerine ipekten bir ya da iki "poşu" sarar. Efenin başı kızanlarınkinden daha heybetli düzenlenir. Zeybek oyunlarından başlıca biri de "Harmandalı"dır. Öteki Zeybek.oyunları Arpazlı, Kozak, Dağlı, Kasnak ve Güvence adını alır.

● ZEYBEK OYUNLARI VE HAVALARI

Zeybek oyunları Ege halkının kahramanlık duygularını ve beden ile ruh güzelliklerinin gösterişini ifade eder. Efelik, mertlik ve yiğitlik özelliklerinin bütün heyecanıyla canlandırıldığı bu oyunlar, gururun ve birliğin bir sembolü olarak yükselir. Zeybekler içlerinden en cesur ve akıllı olanını başkan seçerler ve kendisine "Başkan Efe" derlerdi. Ege bölgesinin Zeybek oyunları ve türküleri de kahramanlık motifleriyle doludur.

Zeybek oyunlarındaki diz vuruş, devleri çökerken bir kudretin, ayağa kalkan oyuncunun eli ise, gökleri avuçlamak isteyen pençenin sembolüdür.

● BENGİ OYUNU

Batı Anadolu oyunlarından bir diğeri Bengi oyunu, bir konunun ritmik ifadesi, bir savaşın zaferle sonuçlanmasından sonra, bunu sağlayan Tanrı'ya şükran borcunun ödenmesidir.

Bengi oyununa "alay havası" da denir. Oyun büyük bir topluluk esasına göre düzenlenir. En az on kişinin oynadığı oyuna, 50, 10, 1000 kişi bile katılabilir. Bengi Bergama bölgesinde baş oyun olarak oynanır. Hemen her toplantı, her düğün bengi ile başlar ve bengi ile biter. Oyunun ağırlığı, efeliğin anlamı ve çalımını ifade eder. Oyunda oynayanlardan herhangi biri istediği zaman oyunu bırakamaz, bu hakaret sayılır. Oyuna birlikte başlanır, birlikte bitirilir.

Oyuna başlamadan önce bir çıkış havası çalınır. Bu oyun havası değil, gezinme havasıdır. Davul ve zurnaların sayısı oyun yerinin genişliğine ve oyuncuların sayısına göre değişir. Davulcular ve zurnacılar bazen oyuncuların halkası içinde, bazen de halkanın dışında çalarlar. Oyun bir efebaşının idaresinde, bütün hareketler onun kumandası ile oynanır. Bengi oyununda beş figür, 158 tempo vardır.

Zeybek oyunlarından başlıca biri de "Harmandalı"dır. Öteki Zeybek oyunları Arpazlı, Kozak, Dağlı, Kasnak ve Güvence adını alır.

● ZEYBEK GİYSİSİ

Zeybek, başına geçirdiği külahın üzerine ipekten bir ya da iki "poşu" sarar. Efenin başı kızanlarındakinden daha heybetli düzenlenir. Sağdan, soldan, önden ve arkadan kısa ipek püsküller sarkar. Cepkenlerin kolu, koltuk altından itibaren dikişsiz ve aşağı doğru sarkar, sof kumaştan, mavi, mor "kazmir"den yapılır. Göz alıcı işlemelerle dolu cepkenin altına Alanya dokuması ya da Trablus örneği şal sarılır, Bursa ipeklisi eklenir. Kuşakların üstüne birçok gözü olan silahlık, boyundan aşağı sarkan kayışlı keseye de muska bağlanır. İşlemeli kınlar içinde keskin kamalar cepken ya da boyuna asılır. Pamuklu dokuması ham bezden yapılma bembeyaz iç çamaşırı, daima açık bırakılan bel kısmından görünür. Cepkenin kumaşından yapılan pantalonlar, bele kadar çıkmayan, uçkurlu kısa şalvar oldukça geniş ve arkası kat kat sarkık durur. Uçkurluk çoğu kez ayrı renk, özellikle siyah, mavi ve kırmızı olur. Tozluk ve uçkur üstünde cepkene uygun işlemeler bulunur. Tozluk giymeyen Zeybekler ve kılıklarına özen gösteren efeler, glase çizme giyerler.

EGE'DEKİ PİLAV BİLE ZEYTİNYAĞLA YAPILIYOR. HER TÜRLÜ BİTKİ SOFRANIZA SALATA OLARAK GELİYOR

Ege turizmiyle olduğu kadar, üzüm ve inciri ile de ünlü bir yurt köşesi.

EGE bölgesinin hemen her yanında zeytinyağı, istisnasız bütün yemeklerin ana ürünü. O kadar ki, bu yöremizde, yurdumuzun diğer kesimlerinden farklı olarak plav ve makarnada bile zeytinyağı kullanılıyor.

Bu bölgemizde çeşitli bitkiler, pişirilip, üzerine zeytinyağı ve limon ekilerek yeniliyor. Turpotu, radika, ebegümeci, labada, hardal, şevketi bostan, bağ yaprağı, gelincik, kuşkonmaz, semizotu, gibi bitkiler, önce suda haşlanıyor, suyu süzüldükten sonra, tuz ve zeytinyağı ilave ediliyor. Bu bitkilerin bazıları da zeytinyağında kavrularak, üzerine yumurta kırılıyor. Bunlardan başka taze kekik, nane, dereotu, maydanoz, tere, roka, turp ve yeşil salatalar da mutlaka üzerine zeytinyağı gezdirilerek, sofraya konuluyor.

● DON YUMAK

Ege yöresinde, doğa ile insan adeta iç içe. Yurdumuzun birçok yöresinde ismi bile bilinmeyen bitkiler, güzel yemekler oluşturup, sofraları süslerken, yılın belirli dönemlerine anlamlı bir şekilde giriliyor. Bunlardan birine de "Don Yumak" adı veriliyor.

İlkbahar aylarında tekneler, kazanlar hayvanlara yüklenerek, nehir ve dere kenarlarına gidiliyor. Burada ateşler yakılıyor, kazanlar kaynatılıyor ve köyün bütün kadın ve genç kızları, artık gerilerde kalan kış aylarının verdiği kirliliği gidermek için türküler, şarkılar söyleyerek bütün gün çamaşır yıkayıp, eğleniyor. Yaşlı kadınlar da sulara okuyor:

"Arılım, durulum olsun
Derdi, belâsı, ağrısı, sızısı
Pisi, pası, biti, piresi
Hepsi gitsin.
Eskisi küllüğe
Yenisi oğlumun sırtına
Çok uzun yıllara inşallah."

● BAĞ BOZUMU

Bölgede eski devirlerden beri az da olsa canlılığını koruyan bir başka şenlik "Bağ Bozumu" eğlenceleri. Ağustos ayının belli bir gününde özel kır yemekleri hazırlayarak, deniz kenarlarına gidiliyor. Sabahın erken saatlerinden güneş batana dek yenilip, içilip, şen şakrak eğlenilip, denize giriliyor. Bu arada ağırısı sızısı olanlar veya çocuk bekleyenler kuma gömülüyor. Bu suretle deniz onlar için umut kaynağı oluyor.

Kuşkusuz bu alışkanlıklar artık giderek azalıyor. Ama, az da olsa birçok köyde hâlâ sürüyor.

LİDER TURİZM Sunar
Yılların Tecrübesi
1 - JAPONYA VE UZAK DOĞU
İstanbul - Tokyo - Hakone - Honkong - Manila - Bangkok - Pattaya - Singapur - İstanbul.
21 GÜN LÜKS OTELLER
* 165.000.-TL. ve 490 Dolar
2 - KUZEY AMERİKA
İstanbul - Miami - Houston - Los Angles - Hollywood - Las Vegas - San Fransisco - New York - İstanbul.
18 GÜN LÜKS OTELLER * 150.000.-TL. ve 490 Dolar
A 887
● ANKARA: 17 32 23 - 18 45 10
● İSTANBUL: 46 89 20 - 41 13 69 ● KADIKÖY: 38 90 59
● İZMİR: 14 81 57 ● ADANA: 16 795 ● SAMSUN: 15 205

LİDER TURİZM Sunar
Yılların Tecrübesi
KIBRIS TURLARI
UÇAKLA (7 gece 8 gün)
A 887
SALAMİS BAY OTELİ: 26.500.-TL.
* MORE MONTE OTELİ: 25.000.- TL.
DORANA OTELİ : 24.000.- TL.
Uçakla, otellerde yarım pansiyon, transferler ve D.S.H. Vergisi.
● ANKARA: 17 32 23 - 18 45 10
● İSTANBUL: 46 89 20 - 41 13 69 ● KADIKÖY: 38 90 59
● İZMİR: 14 81 57 ● ADANA: 16 795 ● SAMSUN: 15 205

MARMARİS
Jüpiter + HOTEL LİDYA
GÜNEY SAHİLLERİNİN TADI MARMARİS'TE ÇIKAR!
HER CUMA
SAAT.20⁰⁰ SPOR SERGİ
20³⁰ KADIKÖY PTT HAREKET
otelde 7gece - 8gün konaklama
.yarım pansiyon_TL.12.000
.tam pansiyon_TL.14.500
Jüpiter Turizm 760 A
tel-38 95 61 - 36 95 48

GÜNEŞ BANYOSU ALINMAYA BAŞLANDIĞI ZAMAN İLK GÜN YARIM SAATTEN FAZLA KALINMAMALI

Prof. Dr.
Nevzat OKE

ÇAPA TIP FAKÜLTESİ
Deri Hastalıkları ve Frengi Kürsüsü Başkanı

Derinin reaksiyon derecesine göre, her gün 10-15 dakika artırılarak 1.5-2 saate kadar çıkılabilir.

Yanma ve gerginliği azaltmak için yağlı kremler ve yoğurt sürmek, acı hissini ve ilerideki soyulmayı azaltır.

"Sağlıklı kişilerin deri yönünden en büyük sorunları güneş banyolarıdır. Çünkü güneş ışığında bulunan enerji taşıyıcı mor-ötesi (ültra viole) ışınları deride önemli değişikliklere neden olmaktadır. Söz konusu ettiğimiz mor ötesi ışınların erken ve geç olmak üzere iki türlü etkisi vardır. Erken etki güneşte kaldıktan ortalama 4 saat sonra başlar ve kalma süresine göre değişik şekilde gelişir. Çıplak olarak güneşe çıkışta 20-30 dakika kalınmışsa, hafif bir kırmızılık oluşur. Kişi derisinde kendisini pek rahatsız etmeyecek kadar bir yanma ve sıcaklık hisseder. Bir - iki saat kalınmışsa şiddetli bir kırmızılık oluşur ve deride yanma ve acıma hissi vardır. Bu derecedeki yanmalarda deride 5-6 gün içinde soyulma başlar. Daha uzun süre kalmalarda en çok güneş gören yerler başta olmak üzere sıcak su ile yanmalarda olduğu gibi, içi su dolu kabarcıklar oluşur.

Bundan dolayı güneş banyosu alınmaya başlandığı zaman ilk gün yarım saatten fazla kalınmamalı, derideki reaksiyon derecesine göre, her gün 10-15 dakika artırarak 1.5-2 saate çıkılmalıdır. Çok özel şartlar dışında bu süre aşılmamalıdır. Sürenin yavaş yavaş artırılması ile deriye rengini veren boya maddesi çoğalmakta, deri esmerleşmekte, öte yandan alışkanlık oluşturarak güneşe direnç sağlanmaktadır. Ancak, bir mevsimde 10-15 günü bulan bir ara vermeden sonra tekrar güneşte kalmaya başlanırsa, bunu ilk başlayış gibi kabul etmek gerekir.

Güneşin geç etkilerine gelince, bunlar uzun yıllar güneşte kalanlarda olur. Derinin erken kırışması, ensede derin çizgiler oluşması, derinin en üst katının kalınlaşıp sertleşmesi gibi belirtileri vardır. Bu sonuncular nadir de olsa deri kanserine yol açabilir.

Su toplamaya varmayan yanıklarda yanma ve gerginliği azaltmak için yağlı kremler ve yoğurt sürmek acı hissini ve ilerideki soyulmayı azaltır. Güneş ışığındaki mor ötesi ışınları tutabilen, deriye varmasını önleyen bazı maddeler varsa da bunların etkisi yüzde 35 civarındadır. Yanmak için kullanılan birçok yağ ve kremin içinde bu maddeler vardır. Güneşlenmeden önce bunların sürülmesi yanmayı bir dereceye kadar önler ve güneşte kalma süresini uzatabilir."

HAMİLELER NELERE DİKKAT ETMELİ?..

Prof. Dr. Fazıl INANÇ

ÇAPA TIP FAKÜLTESİ
Kadın Hastalıkları ve Doğum Kürsüsü Başkanı

İki ve dördüncü aylar arasında sarsıcı yolculuk yapılmamalı, yedinci aydan sonra mümkünse uçağa binmemeli

Denize sabahları 10-11 ya da saat 15'den sonra girilmeli...

"Gebe kadınlar için turistik bir seyahat ilk başta mekân değişikliğini gerektireceği için yolculuk yapılacak aracın seçimi ve mesafenin ayarlanması önem kazanır. Gebeliğin en kritik zamanı plesentanın (son) oluştuğu 2-4'üncü aylardır. Özellikle bu aylarda yapılan yolculuklar sarsıcı olmamalı, deniz yolculuğu mümkünse tercih edilmelidir. Yedinci aydan sonra uçağa binilmemelidir. Eğer uçağa binmek zorunda kalınırsa, kanadına yakın bir kısımda veya sol tarafında oturulmalıdır.

Güneşlenme, deniz sıcaklığı ve deniz içindeki hareketler gebe bir kadının dikkat göstermesi gereken üçüncü konudur. Denize sabah saat 10-11 ya da saat 15'den sonra girilmelidir. Gebe kadının yanmak gibi bir isteği olmamalıdır. Bu, rahimdeki çocuğu etkileyebilir. Ancak yarım saatlik bir güneş banyosu yapabilir. Deniz suyu 20 derecenin altına düşünce denize girmemelidir. Çünkü vücudun normal ısısı 36.5-37 derecedir. Bu ısı farkının gebeliğe etkisi olur. Ilık sular tercih edilmelidir. Denize girildiği zaman kısa ve keskin olmayan hareketler yapılmalıdır. Kısa mesafeli yüzülmelidir. Ve denizde kalma süresi 5-10 dakikayı geçmemelidir. Normal bir gebelik sürdüren kişi, gebeliğinin 4'üncü ayı ile 7'nci ayı arasında denize girebilir.

Gebe olmayan kadınların da dikkat etmesi gereken noktalar vardır. Adet kanaması sırasında denize girilmemelidir. İltihabî durumlarda da kesinlikle denize girilmemelidir. İltihabî olmayan romatizmal hastalıkları olan kadınlar güneş banyosu yapabilirler, ancak deniz onlar için zararlıdır.

Müstakbel anne olan genç bir kızın güneş ve denizden yararlanması, hele hele yüzmeyi spor haline getirmesi ileride yapacağı doğumu kolaylaştıracaktır."

Miltur
MARMARİS-ÇEŞME-ÖREN

Mamarmaris Tatil Köyü	**13.950.- TL.**'den
Altınyunus (T.C. Turizm Bankası)	**13.950.- TL.**'den
Ören tatil Köyü	**11.950.- TL.**'den

(HAFTALIK TURLAR)
- Otellerde 7 tam gün
- Otobüsle gidiş/dönüş,
- Prog ramlarda belirtilen yemekler dahil.

Yurt içi ve Yurt dışı
TÜM UÇAK BİLET ihtiyacınız için hizmetinizdeyiz.

TATİLDE GÜVENCE
Miltur
- İSTANBUL : Tel: 46 49 35 - 40 45 56
- ANKARA : Tel: 18 20 15 - 18 57 48
- İZMİR : Tel: 14 02 37
- OTOMANTUR/BURSA: Tel: 10099
- AYTOK/ADANA : Tel: 17032